

こんにちは。  
やる気プロデューサーの上田洋輔です。  
無料レポートのダウンロードありがとうございます！

何かを悩んだり考えたりしている時に人って  
結構人任せになっているところがあります。

例えば、「なに食べる？」と言う会話でも  
「任せる」とか「何でもいいよ」と  
回答する事が多いのではないのでしょうか？

自分で食べたいものを決めて意見を言う人って  
結構少なかったりします。

お店に行って、実際に食べるメニューを自分で選べる人は  
たくさんいますが、どこの店で食べるかを決めれる人は  
驚くほど少ないのです。

そして、その傾向は人数が多くなるほど強くなり、  
意見をいえる人が少なくなるのです。

なぜ、このような事が起こるのかというと、  
実際に自分が提案した店に行って  
「おいしくない」とか「雰囲気がよくない」等の  
クレームをつけられるのが怖いと言う気持ちと、  
誰かに任せておけば、いいところを  
提案してくれるのではないかという  
他人に勝手な期待をかける  
人任せな気持ちがあるのではないのでしょうか。

「うわ。今回は食べ物を提案しろという話か！」と思われた方  
誤解しないで下さいね。

別にいつも食べたいものを強欲に提案する人になれという話をしたいわけではありませんよ。

このように簡単な選択でも人任せにしていると

人生の大事な選択の時も人任せになってしまうと  
いう事を言いたいわけです。

そして、人生の大事な場面で自分で選択できない人は  
成功したり、幸せになる事がすごく難しくなるのです。

それは、自分で小さい事でも選択する癖をつけておかないと、  
いざ、本番でやろうとしても出来ないのです。

例えば、結婚相手選びの時も、自分で選ぶ事が出来ずに、  
プロポーズされたから結婚するとか、  
他にいないからこの人でいいやになってしまうのです。

本気でこの人と一生一緒にいたいと思っているなら別ですが、  
プロポーズされたからだけで、相手を決めていいのでしょうか？

仕事でも同じです。自分でいいとは思っていないが、  
周りが良いというから、企画書はこれでいきます等の  
仕事の内容まで人に任せになってしまいます。

その結果、自分ではあまりいいと思っていないのに、  
なんとなくやるという事になってしまうので、  
仕事に対して意欲が今ひとつになるのではないのでしょうか。

そうなのです。実際に人任せにする人でも、  
自分が納得していない行動というのは、  
どこかで必ず不満として残るのです。

その不満は月日が過ぎるごとに大きな不満に変わっていきます。  
そうなると、仕事も結婚生活もうまくいかなくなるのです。

そして、仕事や結婚生活がうまくいかない問題まで  
人のせいにしてしまうのです。

「あなたのせいでこんな生活！」  
「〇〇に言われた事をやっただけです」等

このように、人任せにする人は、その後の人生まで  
すべて人任せにしてしまう為に  
成長がほとんどないのです。

ですので、人任せにする人は  
成功が難しかったり、  
幸せが訪れにくかったりするのです。

食事の場所決めなんて小さな事ですが、  
その小さなことさえも自分の意見で決められない人は  
大きな選択の時はなおさら決められなくなり、  
その結果、大きな挫折となる原因となるのです。

自分でしっかりと選択し、そこから得た結果を元に  
さらに大きな成長を遂げていくことで、  
人生の大事な選択を自分で決める事ができるようなのです。

毎日1つでもいいので、何か選択する事があれば  
自分の意見を言ってみましょう！

人生は選択の連続で、その一つ一つで成長が出来たら  
必ずより良い自分になる事ができるのです！

### 第1の課題

「つまらないと思った事でもいいので1日1つは自分で選択をする」

さて次は、何か行動をする時に、  
どんな心意気ではじめていますか？

「絶対成功する！」  
「うまくいくといいな」  
「失敗しそう」等…。

あなたはどのような気持ちで考えていますか？

もしも、やる前から失敗をイメージしているとしたら  
その原因は何なのでしょう？

なんなく自分に自信がもてなかつたりするのでしょうか？

おそらく、消極的に考える人の思考は  
自分に自信がないから、もしくは失敗した経験があるのか  
はたまた、失敗した体験を聞いた事があるからか  
理由はたくさんあると思います。

失敗した時のことを予め考えておく事は  
大変重要な事ですし、大事な事だと私も思います。

しかし、その考える気持ちが強すぎると問題なのです。

なぜかという、失敗しそうだなど思ってやっていると  
大体失敗しませんか？

体育の授業で走り高跳びや跳び箱の授業があったのは  
覚えていますか？

その時に、飛べると思って飛ぶと大体飛べていて、  
飛べるかどうか不安な高さで大体失敗して  
終わっていませんでしたか？

体育の授業が思い出せないのであれば、  
テストを思い出してください。  
いい点数をとれると思った時は良い点数が取れ、  
ダメだと思った時は悪い点数だったのではないのでしょうか。

このように結果というのは、自分の考えをもとに  
引き寄せてくるものなのです。

つまり、あなたがポジティブに考えていれば  
良い結果が訪れるでしょうし、  
ネガティブに考えているようだと  
悪い結果につながるのです。

ですので、スポーツ選手は、試合の前に必ず

イメージトレーニングをして、自分は出来ると思込ませるのです。

そして、試合中も「絶対に諦めない！」と掛け声をかけるのです。  
その気持ちが強いと結果としてよい結果を生み出すのです。

「気持ちだけでそんなに変わるわけない」と思われるかもしれませんが、  
あなたが考えている事を体は自然と体現しようとするのです。

ボールを蹴る時にあの場所に飛ばそうと思って蹴ると、  
その場所に近くに落とす事が出来るはずで  
物を投げる時もそうですね。  
投げようと思った方向と別の方向に投げる事は困難でしょう。

体の動きは常に、あなたの考えとつながっているのです。

ですので、失敗をイメージして物事に取り組んでしまうと  
体が自然と失敗をする動き方をしてしまい、  
失敗してしまう事が多くなるのです。

とはいえ、子供が大人と喧嘩して勝てないのと理由は同じで、  
どんなにポジティブに考えても、絶対的な能力の差や  
技術力の違いで失敗する事もあるでしょう。

しかし、どんな事でも気持ちで負けていなければ、  
失敗しても学ぶ事があるのです。

失敗した時にやっぱりダメだったと考えていても  
全く成長はありません。  
次はどうしたらうまくいくのかと考える為にも、  
気持ちだけでは相手に勝つようにしましょう。

そうすれば素晴らしい成功が待っているのです。  
常にうまくいくイメージを持ちながら頑張っていきましょう！

## 第2の課題

「常にうまくいくイメージを自分の中に持つ」

ここまで、お読みいただきありがとうございます。

このレポートは「やる気が出るブログ」で更新している内容をリメイクしたものです。

もしも、最新の記事を読みたい場合は、[http://blog.livedoor.jp/yaruki\\_consul/](http://blog.livedoor.jp/yaruki_consul/)へアクセス下さい。

また、「やる気が出るブログ」では、書ききれない内容をメルマガ「いつでもやる気がいっぱい！  
(<http://www.real-action.jp/maga.html>)」にて発行しています。あわせてメルマガもご覧下さい。きっとあなたのやる気をもっと出る内容になっています。

最後までお読みいただき、心より感謝いたします！

やる気プロデューサー  
上田 洋輔

- 
- ホームページ：<http://www.real-action.jp/>
  - E-Mail：[info@real-action.jp](mailto:info@real-action.jp)
  - Blog：[http://blog.livedoor.jp/yaruki\\_consul/](http://blog.livedoor.jp/yaruki_consul/)
  - 週間メルマガ：<http://www.real-action.jp/maga.html>
  - 日刊メルマガ：<http://www.mag2.com/m/0000275360.html>
  - 携帯メルマガ：<http://mini.mag2.com/pc/m/M0088253.html>

メールまたはホームページ (<http://www.real-action.jp/mail.html>)にてお読みになられた感想をいただけると幸いです。

---

無断転載・複製・転売を禁ず